

献立明細表

高山市学校給食清見センター

07月01日(月)	1人分使用量(g)			注重量	07月02日(火)	1人分使用量(g)			注重量	07月03日(水)	1人分使用量(g)			注重量	07月04日(木)	1人分使用量(g)			注重量	07月05日(金)	1人分使用量(g)			注重量									
	小学	中学	合計			小学	中学	合計			小学	中学	合計			小学	中学	合計			小学	中学	合計										
【ソフトスパゲティ式種】 ソフトスパゲティ式種 70g ソフトスパゲティ式種 80g ソフトスパゲティ式種 90g ソフトスパゲティ式種 115g	70 80 90		30 39 67	食 食 食	【麦ごはん】 精米 切断無圧パン精麦	70 7	100 10	3.5×6 0.3×6	kg kg	【黒砂糖パン】 黒ざとうパン 45g 黒ざとうパン 55g 黒ざとうパン 65g 黒ざとうパン 75g	45 55 65		30 39 65	個 個 個	【麦ごはん】 精米 切断無圧パン精麦	70 7	100 10	3.5×6 0.3×6	kg kg	【梅ちりめんごはん】 精米 切断無圧パン精麦 梅ちりめん	70 7 3	100 10 3.9	3.5×6 0.3×6 3	kg kg 袋									
【夏野菜ミートソース】 牛肉ミンチ ぶた ひき肉 レバーそぼろ ナツメグ ロリエ ズッキーニ 人参 なす キャベツ トマト 玉葱 おろしにんにく ケチャップ 米粉 コンソメスープの素 こしょう ウスターソース 三温糖 米油ベットの 大豆ペースト 高野豆腐 粉 赤ワイン	8 10 3 0.02 0.05 10 10 10 20 15 50 0.3 15 4 1 0.01 2 1 1 5 0.5 1.5	10.4 13 3.9 0.03 0.07 13 13 13 26 19.5 65 0.39 19.5 5.2 1.3 0.02 2.6 1.3 1.3 6.5 0.65 1.95	2.3 2.9 1 6 15 3 3 3.2 6.8 4 15.4 0.09 4 1.2 0.3 4 0.6 0.3 0.29 1 0.14 0.42	kg kg kg g g kg kg kg kg kg kg kg kg kg kg kg kg kg kg kg kg kg	【揚げ豆腐のごまだれかけ】 豆腐ステーキ60g 豆腐ステーキ40g 【味のり酢あえ】 こまつな 葉・生 キャベツ きゅうり まぐろ・油漬け きざみのり 食酢 穀物酢 こいくちしょうゆ 【味噌汁(芋とえのきだけ)】 じゃがいも 油揚げ えのきだけ 水煮 大根 さやえんどう・冷凍 角切昆布 あわせみそ 赤みそ 煮干しだし 【牛乳】 普通牛乳	60 60 2 3 3 3 1 0.3 1 1 1 2	80 80 3 4.5 4.5 1.5 0.45 1.5 1.5 3	136 224 0.6 0.92 0.92 0.3 90 0.3 0.61	個 個 kg kg kg kg g kg kg kg kg	【あじのマリネ】 あじ 50g あじ 60g 米粉 米油 玉葱 三温糖 オリーブ油 食酢 穀物酢 白ワイン 食塩 パセリ 【枝豆サラダ】 むぎ枝豆・冷凍 きゅうり 人参 キャベツ ホールコーン(冷凍) マヨネーズ エッグクア 食塩 こしょう 【ミネストローネ】 人参 じゃがいも セロリー 葉柄 玉葱 ぶた もも トマト コンソメスープの素 ロリエ アルファベットマカロニ さやいんげん・冷凍 食塩 こしょう 【牛乳】 普通牛乳	50 50 4 2 10 3 1 4 1 0.1 1	60 60 5 2.4 12 3.9 1.3 5.2 1.2 0.13 1.3	134 113 1.1 0.5 2.9 0.84 0.29 1.1 0.27 28 0.2	切 切 kg kg kg kg kg kg kg g kg	【昆布の五目煮】 すき昆布 長ひじき 油揚げ 人参 さつま揚げ 三温糖 みりん うすくちしょうゆ 米油ベットの 【かきたま汁(豆腐・ほうれん草)】 殺菌液卵 冷凍カットほうれん草 豆腐・木綿 人参 角切昆布 うすくちしょうゆ 荒削り でん粉 【牛乳】 普通牛乳	50 1 2 2.4 10 3 1 1.6 1	60 1.2 2.4 2.9 0.6 2.4 3.6 3.6 1.3 1.3 26 23.4 23.4 13 10.13 0.8 4 3 1.95	135 115 0.27 0.54 0.65 0.54 0.9 0.9 0.3 0.29 58 3 30 0.29 0.29 0.47 0.29 6 5 13 3 0.23 1.2 0.9 0.4	枚 枚 kg kg kg kg kg kg kg kg kg kg kg kg kg kg kg kg kg kg kg	【星型コロッケ】 星のコロッケ 30g 星のコロッケ 50g 米油 【かわりだし(ほう菜・コーン)】 ほうれん草 ホールコーン(冷凍) 人参 まぐろ・油漬け こいくちしょうゆ めんつゆ 【そうめん汁】 そうめん、ひやむぎ一乾 GKちらしかまぼこ 油揚げ しめじ 人参 葱 料理酒 荒削り うすくちしょうゆ 【七夕ゼリー】 七夕お星さま三色ゼリー 【牛乳】 普通牛乳	50 50 2	60 60 2.6	224 137 0.6	個 個 kg	【かわりだし(ほう菜・コーン)】 ほうれん草 ホールコーン(冷凍) 人参 まぐろ・油漬け こいくちしょうゆ めんつゆ 【そうめん汁】 そうめん、ひやむぎ一乾 GKちらしかまぼこ 油揚げ しめじ 人参 葱 料理酒 荒削り うすくちしょうゆ 【七夕ゼリー】 七夕お星さま三色ゼリー 【牛乳】 普通牛乳	35 5 10 7 1 0.5	46 6.5 13 9.1 1.3 0.65 11.5 1 3 2 0.29 0.14	1 kg 1 kg 3 kg 2 kg 0.29 kg 0.14 kg	【牛乳】 普通牛乳	206 206	206 206	249 249	本 本

高山市ホームページにPDFデータを掲載しています。



左のQRコードを読み取るか
高山市HPで
「学校給食 献立表」と
検索して下さい。

献立明細表

高山市学校給食清見センター

07月16日(火)	1人分使用量(g)		注定量	07月17日(水)	1人分使用量(g)		注定量	07月18日(木)	1人分使用量(g)		注定量	07月19日(金) 清見小なし	1人分使用量(g)		注定量		1人分使用量(g)		注定量		
	小学	中学			小学	中学			小学	中学			小学	中学			小学	中学		小学	中学
【発芽玄米ごはん】				【ピザトースト】				【飛騨牛ちらし】				【麦ごはん】									
精米	70	100	3.5×6 kg	普通パン 55g	55		69 個	精米	70	100	3.5×6 kg	精米	70	100	3.6×4 kg						
発芽玄米	7	10	0.3×6 kg	普通パン 65g	65		65 個	食酢 穀物酢	8	10.4	2.3 kg	切断無胚パン精麦	7	10	0.3×4 kg						
				普通パン 75g		75	114 個	三温糖	7.4	9.62	2.1 kg										
【大豆バーグの肉みそかけ】				ベーコン	5	10	2 kg	食塩	0.4	0.52	116 g	【豚肉のかりん揚げ】									
大豆とうふバーグ50g	50		138 個	玉葱	15	30	5.8 kg	うし もも・脂身なし和牛	20	26	5.8 kg	ぶたもも中棒状	50	65	9.5 kg						
大豆とうふバーグ60g		60	112 個	ピーマン	3	6	1.3 kg	こいくちしょうゆ	2	2.6	0.58 kg	おろししょうが	1	1.2	0.18 kg						
米油ベツト	0.2	0.25	55 g	マッシュルーム 水煮	10	20	3 kg	みりん	0.4	0.52	0.12 kg	料理酒	1	1.3	0.19 kg						
ぶた ひき肉	10	12	2.7 kg	トマト	15	30	5.6 kg	三温糖	1.8	2.34	0.52 kg	米粉	6	7.8	1.1 kg						
料理酒	0.5	0.6	0.14 kg	トマトピューレー	2.5	5	1 kg	料理酒	0.48	0.62	0.14 kg	米油	2	2.6	0.4 kg						
あいたみそ	2	2.5	0.55 kg	おろしにんにく	0.15	0.3	0.05 kg	おろししょうが	0.5	0.65	0.15 kg	三温糖	4	5.2	0.77 kg						
赤みそ	2	2.5	0.55 kg	ロリエ	0.02	0.04	7 g	白いりごま	0.8	1.04	0.23 kg	こいくちしょうゆ	3	3.9	0.58 kg						
三温糖	3	3.75	0.83 kg	米油ベツト	0.9	1.8	0.33 kg	葱	4	5.2	1.2 kg	水	1	1.3	0.2 kg						
みりん	2	2.5	0.56 kg	食塩	0.1	0.1	25 g	きゅうり	5	6.5	1.5 kg										
水	5	6.25	1.4 kg	こしょう	0.01	0.02	4 g	トマト	10	13	3 kg	【磯香和え】									
でん粉	0.2	0.25	60 g	とろけるチーズ	15	15	4 kg	きざみのり ミニパック	1	1	248 袋	ほうれんそう	20	26	4.2 kg						
												キャベツ	20	26	4.5 kg						
【コリッコリックあえ】				【大根とツナのサラダ】				【かぼちゃひき肉フライ】				ちやし	15	19.5	2.9 kg						
せんぎりごぼう	15	20	4.4 kg	大根	25	32.5	8 kg	かぼちゃひき肉フライ40g	40		68 個	人参	5	6.5	1 kg						
キャベツ	10	13	3.3 kg	人参	7	9.1	2.1 kg	かぼちゃひき肉フライ60g	60	60	179 個	きゅうり	15	19.5	4.4 kg						
干切だいこん漬け	5	6.5	2 袋	きゅうり	15	19.5	4.4 kg	米油	2	2	0.5 kg	カットわかめ	0.5	0.65	0.14 kg						
人参	10	13	3 kg	まぐろ・油漬け	5	6.5	2 kg	【キャベツのおかかあえ】				食酢 穀物酢	0.4	0.52	0.14 kg						
きゅうり	10	13	3 kg	うすくちしょうゆ	1	1.3	0.28 kg	キャベツ	20	26	6.9 kg	こまつな 葉・生	10	13	3.4 kg						
うすくちしょうゆ	1	1.3	0.29 kg	食塩	0.1	0.12	27 g	こまつな 葉・生	10	13	2.9 kg	もやし	10	13	2.9 kg						
アーモンド・いり	2	2.6	0.58 kg	ポッカレモン無糖	0.5	0.65	0.14 kg	スクールちくわ	5	6.5	20 本	油揚げ	5	6.5	3.8 枚						
三温糖	0.5	0.65	0.14 kg					岐阜県産大豆水煮	8	10.4	2 kg	こも豆腐	20	26	3.8 kg						
				【肉団子とキャベツのスープ】				かつお節 散り花	1	1.3	0.29 kg	荒削り	2	2.6	0.4 kg						
【とうがんのさっぱり汁】				FMうす味肉団子(8)	25	32.5	7 kg	うすくちしょうゆ	1.3	1.69	0.38 kg	あわせみそ	3	3.9	0.5 kg						
とうがん	40	52	16.3 kg	キャベツ	15	19.5	5.1 kg	米油ベツト	1.2	1.56	0.35 kg	赤みそ	3	3.9	0.6 kg						
豆腐・木綿	15	20	11 丁	玉葱	20	26	6.2 kg	食酢 穀物酢	1.5	1.95	0.44 kg										
ぶた もも	5	6.5	1.5 kg	人参	10	13	3 kg	食塩	0.1	0.13	29 g	【なすのみそ汁】									
葱	5	6.5	1.5 kg	コンソメスープの素	0.8	1.04	0.24 kg	こしょう	0.01	0.01	2 g	なす	20	26	4.2 kg						
人参	5	6.5	1.5 kg	こしょう	0.01	0.02	3 g	三温糖	0.5	0.65	0.15 kg	大根	20	26	4.2 kg						
料理酒	2	2.6	0.58 kg	食塩	0.2	0.26	58 g					油揚げ	5	6.5	3.8 枚						
うすくちしょうゆ	4.2	5.46	1.2 kg					【ゆばすまし汁】				こも豆腐	20	26	3.8 kg						
荒削り	2	2.6	0.6 kg					湯葉 生	2.5	3.25	1 kg	荒削り	2	2.6	0.4 kg						
				【冷凍バイン】				豆腐・木綿	10	13	7 丁	あわせみそ	3	3.9	0.5 kg						
【牛乳】				バインアップル(袋いり)	40	40	247 個	干しいたけ	0.8	1.04	0.23 kg	普通牛乳	206	206	154 本						
普通牛乳	206	206	249 本					冷凍カットほうれんそう	15	19.5	4 kg										
				【牛乳】				GK白巻かまほこスライス	5	6.5	2 kg	【飛騨もものヨーグルトあえ】									
				普通牛乳	206	206	248 本	うすら卵 水煮	15	19.5	5 kg										
								みりん	1	1.3	0.29 kg										
								うすくちしょうゆ	4	5.2	1.2 kg										
								荒削り	2	2.6	0.6 kg										
								【牛乳】													
								普通牛乳	206	206	249 本										